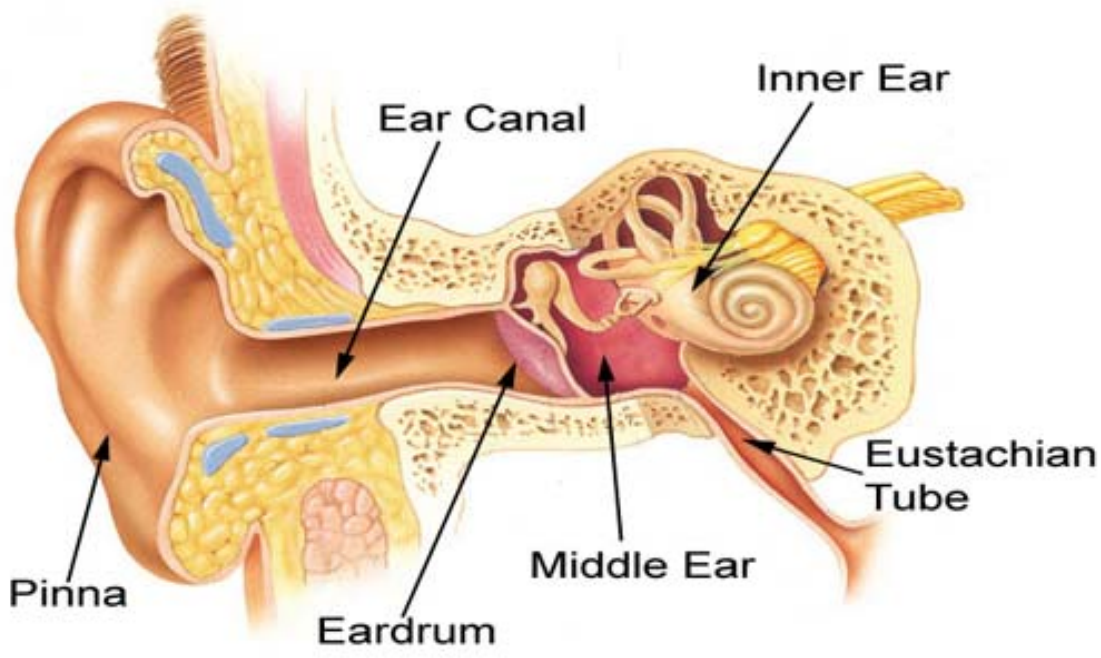
انسداد الأذن الشمعي: زيارة الطبيب هي الحل



كثيرون يتعاملون معه بشكل خاطئ

يحدث انسداد الأذن الشمعي عندما يتراكم شمع الأذن داخلها ويصبح صلباً، بحيث لا يمكن غسله والتخلص منه بالطريقة الطبيعية. وهذا أمر يجده الكثيرون مزعجاً، وقد يدفعهم هذا إلى التعامل معه بشكل خاطئ قد يؤذي الأذن.

شمع الأذن هو جزء طبيعي مساعد من النظام الدفاعي للجسم. فهو يحمي قناة الأذن من خلال التقاط الأتربة والأوساخ وإبطاء نمو البكتيريا. ولا يُعرف لماذا يُصاب بعض الأشخاص دون غيرهم بانسداد الأذن الشمعي، ولا لماذا يصيب أذناً واحدة دون الأخرى. وإذا تحول انسداد الأذن الشمعي إلى مشكلة يسبب لك ألماً أو إزعاجاً، فإن هناك بعض الطرق التي يمكنك أنت أو طبيبك اللجوء إليها للتغلب على الأمر، وإزالة الشمع بشكل آمِن.

انسداد:

لانسداد الأذن الشمعي علامات وأعراض من ضمنها:

- ألم في الأذن أو صداع.
- إحساس بامتلاء الأذن المصابة.
- سماع طنين في الأذن.

- تدهور جودة السمع في الأذن المصابة

مراجعة الطبيب:

إذا ظهرت لديك علامات وأعراض انسداد الأذن الشمعي، فلا تتردد في التحدث إلى طبيب العائلة. ذلك أن بعض هذه الأعراض هي أيضاً أعراض لأمراض أخرى مختلفة. وقد تظن أن في إمكانك أن تحلّ مشكل انسداد الأذن الشمعي، بالاعتماد على نفسك ومن دون حاجة إلى طبيب، لكن، اعلم أنّه لا توجد أي طريقة لكي تعرف ما إذا كانت لديك كمية زائدة من الإفرازات الشمعية المتراكمة في أذنك، إلا من خلال الطبيب الذي يلقي نظرة داخل أذنك. لذا، فإن ظهور أعراض مثل ألم في الأذن أو تدهور السمع، لا يعني بالضرورة أن لديك تراكماً شمعياً في الأذن. حتى إن كنت قد عانيت في السابق انسداد الأذن الشمعي، فإنّه لا يمكنك أن تجزم بأن انسداد الأذن الشمعي هو الذي يقف وراء هذه الأعراض، إذ ربما تعاني مشكلة صحية أخرى، ينبغي عليك الانتباه إليها ومعالجتها.

إنّ أفضل وأأمن طريقة لإزالة الإفرازات الشمعية المتراكمة في الأذن، هي عندما يتم ذلك على يد طبيب. وقد يبدو لك من غير الضروري أن تطلب من طبيبك إزالة الشمع المتراكم في أذنك، إلا أن عليك إدراك أن قناة الأذن وطبلة الأذن هما منطقتان شديدتا الحساسية وهشّتان جدّاً. بالتالي، يمكن أن تتضررا بسهولة. لا تحاول أن تزيل التراكمات الشمعية من أذنك بإدخال أي أداة مهما تكن في قناة أذنك، وخاصة إذا كنت قد خضعت من قبل لجراحة في الأذن أو لديك ثقب في طبلة الأذن أو تعاني ألماً في الأذن أو سوائل. وبالنسبة إلى الأطفال، فإنّه غالباً ما يكون فحص أذن الطفل إجراء روتينياً يقوم به الطبيب عند أي زيارة تأخذ فيها طفلك إليه. وإذا دعت الضرورة، فقد يقم الطبيب خلال تلك الزيارة بإزالة الشمع الزائد من أذن طفلك.

إفرازات:

لدى أغلب الناس، تصل بانتظام كمية صغيرة من إفرازات شمع الأذن إلى فتحة الأذن، حيث يتم غسلها أو تسقط خارجاً من تلقاء نفسها عندما تُفرز الأذن كمية جديدة من الشمع. فإذا كانت أذنك تفرز كمية كبيرة من الشمع، أو إذا كان الشمع يتراكم ولا يتم التخلص منه بفاعلية، فيمكن أن يتراكم الشمع ويسبب انسداد قناة الأذن.

من جهة أخرى، ومن الشائع أن يحدث انسداد الأذن، عندما يحاول الناس تنظيف الأذن من خلال إدخال عيدان القطن الخاصة بالأذنين، أو اي أداة أخرى داخل الأذن، لكن ما يحدث أن هذا غالباً ما يدفع الشمع إلى داخل الأذن بدلاً من أن يزيله.

ويتم إفراز الشمع في الأذن من قبل غدد موجودة في البشرة على مستوى النصف الخارجي من قنوات الأذن. وللشمع والشعيرات الصغيرة الموجودة في الأذن وظيفة مهمة، يقومان بها وهي التقاط التراب وأي جزيئات غريبة يمكنها أن تدخل الأذن، وتُلحق ضرراً بمكوّناتها الداخلية مثل طبلة الأذن.

تشخيص:

يمكن لطبيبك أن يحدد ما إذا كنت تعاني انسداداً شمعياً في الأذن أم لا، من خلال إلقاء نظرة داخل أذنك، باستعمال آلة طبية تُسمّى "أوتوسكوب"، الذي تحتوي على مصباح يُضيء الأذن، وعدسة مُكبّرة لرؤية أوضح لداخل الأذن.

علاج:

عند الحديث عن العلاج، فإنّه يمكن للطبيب أن يُزيل الإفرازات الشمعية الزائدة المتراكمة في الأذن، من خلال استعمال أداة خاصة طويلة ومعقوفة، أو باستعمال تقنية الشفط خلال فحص الأذن. كما يمكن للطبيب أيضاً أن يغسل الأذن ويزيل الشمع، باستعمال جهاز ينظف الأذن بالماء أو شفاط طبي مع الماء الفاتر.

وإذا كانت مشكلة انسداد الأذن الشمعي تتكرر لديك، فقد يقترح عليك طبيبك أن تستعمل دواء مُزيلاً للمادة الشمعية، من قبيل الـ"كارباميد بيروكسيد" كلّ أربعة إلى ثمانية أسابيع. ولأنّ هذه القطرات يمكن أن تهيج بشرة طبلة الأذن وقناة الأذن الهشة، فاستعملها في أضيق الحدود ولا تلجأ إليها إلا إذا وصفها لك الطبيب.

نمط الحياة:

إذا لم يكن في طبلة أذنك أنبوب أو ثقب فإن خطوات العناية بالأذن التالية، قد تساعدك على إزالة الإفرازات الشمعية التي تسد قناة أذنك:

- خفّف كثافة الشمع، استعملي قطارة العين لوضع قطرات قليلة من زيت الأطفال أو الغليسرين، أو "هيدروجين بيروكسيد" في قناة أذنك مرتين في اليوم، لمدة لا تزيد على أربعة أيام.

- استعمل الماء الدافئ، بعد يوم أو يومين. وبعد أن تخف كثافة الشمع في أذنك، استعملي الشفاط الطبي لوضع القليل من الماء الفاتر (في درجة حرارة الجسم نفسها) داخل قناة أذنك. أميل رأسك إلى الجانب واسحب الأذن الخارجية مرات عدة إلى الخلف والأعلى، لكي تستقيم قناة الأذن ويخرج السائل الموجود في الأذن.

- جفّ ِف قناة الأذن، عند الانتهاء من هذه العملية، قم بتجفيف الأذن الخارجية بفوطة أو بمجفف الشعر. قد تحتاجي إلى تكرار هذه العملية، عملية تخفيف كثافة الشمع ثم تقطيره إلى الخارج، مرات عديدة، قبل أن تنجح في جعل الشمع الزائد يسقط خارجاً، كما أنّ العامل المخفف الذي تستعمله (زيت أطفال مثلاً)، يمكن أن ينجح فقط في تخفيف كثافة الطبقة الخارجية من الشمع، ويؤدي إلى دخوله في مكان أعمق داخل قناة الأذن أو قرب طبلة الأذن. وإذا جربت هذه الطريقة في العلاج مرات عديدة ولم تفلح، فإن عليك أن تزور طبيباً متخصصاً في الأذن والأنف والحنجرة. وتتوافر في الصيدليات علب أدوات طبية خاصة بإزالة شمع الأذن، لكن إن كنت غير متأكد أيها الأنسب لكِ، فاسأل طبيبك حول أفضل وأأمن الطرق لإزالة الشمع الزائد في الأذن.

لا تحاول أن تُزيل الإفرازات الشمعية الزائدة في أذنك بأي أداة تصادفها مثل عيدان القطن أو بنسات الشعر، قد يكون لهذا نتيجة عكسية، حيث إنّه بدلاً من أن تُخرج الشمع ستقومين بدفعه إلى الداخل، كما أنك قد تسبب ضرراً لبطانة قناة الأذن.

علاجات بديلة:

هناك طريقة لتنظيف الأذن من الشمع الزائد تدخل في إطار الطب البديل، وهي رائجة لدى بعض الشعوب الآسوية وفي أميركا. تعتمد هذه الطريقة على لف ورقة في شكل أنبوب ثمّ وضعه داخل الأذن وإشعاله من الجهة الخارجية بشكل عمودي. ما يحدث هو أنّ الحرارة التي تنتج عن إشعال طرف الأنبوب تؤدي إلى خلق فراغ داخل الأنبوب يدخل الشمع إليه ويلتصق به فينظف الأذن. ومع ذلك، فإنّ العلاج بشمعة الأذن ليس طريقة يمكن أن ننصحك باتّباعها لحل مشكلة انسداد الأذن الشمعي، كما أنّ الأبحاث بيّنت أنّ هذه الطريقة ليست فاعلة تماماً، ويُمكن أن تنجم عنها إصابات أو حروق أو انسداد قناة الأذن. لهذا، استشير طبيبك قبل اتّباع أي علاج من علاجات الطب الشعبي أو البديل.